JAいせはら

平成27年３月20日
３月号　No. 578
毎月１回　20日発行
組合員全戸配布
ホームページ http://www.jakanagawa.gr.jp/isehara/

編集発行 伊勢原市農業協同組合
〒259-1142
神奈川県伊勢原市田中250番地
TEL.0463(93)8111㈹
発行責任者 和　田　弘　基
印 刷 所 山陽印刷株式会社
TEL.045(785)3434㈹

ほがらかさん 253

諸星（もろほし）　友香（ゆか）さん　1992年生
〈伊勢原〉

高校生のときに体験した学童ボランティアがきっかけとなり、保育士を目指すようになる。短期大学で保育に関する知識を学び、一昨年前から児童養護施設の保育士として活躍中。「２年目を迎えて、子どもたちとの距離が近くなりうれしい」と笑顔で話す。休日は友人とのドライブや読書を楽しむ。好きな野菜はトウモロコシで、塩ゆでがお気に入り。「父が今年３月末で定年を迎えます。長い間お疲れさまでしたと、感謝の気持ちを伝えます」とほほ笑む。

合併50年迎える

総合力を発揮

各事業の確実な実践

ＪＡは２月24日、各支所で「総代・組織役員事業計画説明会」を開きました。26年度の事業報告と27年度の基本方針を説明しました。合併50年目を迎える今年度も、役職員一同全力で事業に取り組んでまいります。

27年度は第３次中期総合経営計画（26年度～28年度）の第２年次にあたります。さらにＪＡいせはらが誕生して50年目を迎える節目の年です。

ＪＡの山田信昭組合長は「農業・ＪＡを取り巻く環境は年々厳しさを増していますが、経営理念の〝食と農を通じて、豊かな緑をまもり、地域の人々と共生する住みよい地域づくり〟を目指し、各事業の確実な実践と総合力を発揮した事業を展開します」と話しました。

27年度の主な取り組み事項を紹介します。

営農部門は、ＴＡＣ訪問活動を導入し営農指導体制の充実を図ります。伊勢原産農産物ブランド名阿夫利の恵や拠点直売所を活用し、地域農畜産物の販売体制を強化します。

経済部門は、組合員のニーズに対応した生産資材・生活用品の安定供給に努めます。

介護事業は、ＪＡ健康寿命１００歳プロジェクトを展開します。

金融部門は、定期貯金や農機ハウスローン、住宅ローンの相談機能強化など、地域に根ざした金融機関としての役割を果たします。

共済部門は、３Ｑ訪問活動を継続的に実施し、総合保障の提案と情報提供します。

経営管理部門は、コンプライアンスプログラムの実践と内部統制システムの運用・評価を通じて健全な経営に努めます。

また、利用者からの意見を分析し、業務改善とＣＳ（顧客満足度）の向上につなげます。

“記念史”を発刊　配布は４月下旬

昭和41年に旧・農協が合併して「伊勢原町農協」が誕生してから、今年で50年目を迎えました。ＪＡいせはらは合併50年を記念して「伊勢原市農協合併五十年史」を発刊します。

この記念史は、合併前の旧６農協時代の20年と合併後50年とに大別して編集しました。さらに伊勢原市内の農業や30年分の日本農業新聞記事なども掲載しました。Ａ４判サイズ（２９６ページ・一部カラー印刷）で、発行部数は３千５百部です。

４月下旬に正組合員世帯に配布する予定です。また、希望者向けに支所・支店窓口にて１部千円（税込み）で頒布します。

お問い合わせは、総務部企画課（☎93―８１１１）まで。

農業の理解――全国小学校に教材本

ＪＡバンクは３月下旬、子どもたちに農業や自然環境に興味を持ってもらおうと、補助教材「農業とわたしたちのくらし」を全国の小学校に寄贈しました。平成20年から「ＪＡバンク食農教育応援事業」の一環として、毎年実施しています。この補助教材を授業で活用してもらうことで、農業に対する理解を多面的に広げていくことができます。

市内小学校の配布に先がけ山田信昭組合長が３月10日に市役所を訪れ、髙山松太郎市長に教材本を手渡しました。

山田組合長は「子どもたちに農業を知ってもらうことが、農業と食を守ることにつながります」と話しました。

髙山市長は「内容も良く、児童や学校の評価も高い。今年度も活用します」と話しました。

受講生を募集　協同組合教育講座

ＪＡが主催する「協同組合教育講座」の参加者を募集しています。教育講座では農業や食の安全性、健康、社会人マナーなど、さまざまな分野が無料で学べます。期間は５月から12月。本所で毎月１回の講義を行います。９月は農業関連施設の見学を予定しています。対象者は組合員の方（原則本人）です。

お申し込みは、４月17日（金）までに総務部企画課（☎93―８１１１）まで。先着順に受付し、定員になり次第締め切りとします。

皆さまのご参加をお待ちしています。

第30回 園芸まつり

JA本所で開催!!

花のプレゼント

18日㈯　11時30分～
19日㈰　11時30分～

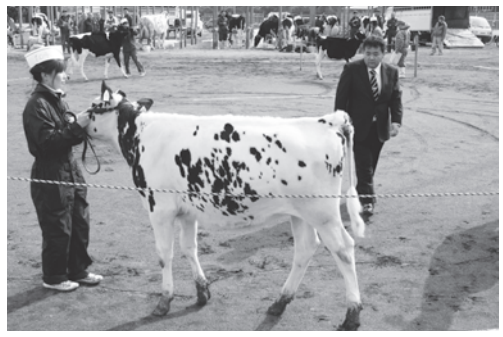
４月18日㈯　午前９時～午後３時
４月19日㈰　午前９時～午後２時30分
※天候等により開催時間が変更される場合があります

４月10日㈮発行のタウンニュース紙にまつりの内容を掲載します

自宅に居ながら
ＪＡで売っている
商品がいつでもご注文できます

JA組合員のためのインターネットショップ
JAねっとショップ
https://ja.kn.zennoh.or.jp/

牛のコンテスト
飼育技術向上に向け



伊勢原市が主催する「第51回市乳用子牛育成管理共進会」と伊勢原乳牛改良同志会の「第35回伊勢原ホルスタインショー」が２月25日、成瀬地区の北三間農村広場で開かれました。

審査委員はオールジャパンブリーダーズサービス㈱の岩城浩氏が務めました。審査は年齢ごとに区分した10部門で行われ、体格や骨格などを総合的に競いました。

乳用子牛の育成に万全を期し、資質の向上を図ろうと行われ、約30頭の乳牛が出品されました。

部門の上位入賞者は次の通りです（敬称略）。

■ホルスタインショー

▽**グランドチャンピオン**＝鈴木弘

▽**ジュニアチャンピオン**＝高橋純徳

■共進会

▽**グランドチャンピオン**＝小沼聡

▽**リザーブチャンピオン**＝田中和浩

また、昨年７月・12月に行われた巡回審査の表彰が行われました。入賞者は次の通りです（敬称略）。

▽**管理優良賞**＝田中和浩

▽**管理佳良賞**＝田中浩典、小沼聡、荒井新吾

▽**管理特別賞**＝飯田英雄

JA果樹部会
細野さん県知事賞
県果樹立毛共進会

県果樹組合連合会は２月17日、ＪＡ本所で「県果樹立毛共進会」の表彰式を開きました。

共進会は、県内各地区から選出されたブドウ・梨・柿・ウメの果樹園53点が対象となり、樹体、園内管理や収量などを総合的に審査され、順位が決定されました。

市内果樹生産者が上位に入賞し、ＪＡ果樹部会の生産技術の高さが評価されました。部門の上位入賞者と特別賞受賞者は次の通りです（敬称略）。

■梨部門

▽**優秀賞**＝石井和夫（県園芸協会長賞）

▽**優良賞**＝吉川裕樹、和田新一

■ブドウ部門

▽**優良賞**＝吉川裕樹、足立由清、福田弘治

■柿部門

▽**優秀賞**＝細野真哉（県知事賞）、今井潔（県中央会賞）

▽**優良賞**＝成田孝雄、多田光正

ストップ！農作業事故
より安全な農業機械を選ぼう

人間工学専門家●石川文武

春は新規就農者が多い季節です。高等学校や大学を卒業して就農する人、定年などで他の産業から転職就農する人などがいます。

現在、作業手段として農業機械がなくては、作業がなりたちません。親世代からの引き継ぎでは一通りの機械がそろっていますが、機種更新・新規購入する場合もあります。価格が大きな判断基準になりますが、自分の考えている営農方法に適している性能と、作業の安全性を最優先で機種を選びましょう。

また、インターネットなどで、さまざまな情報を調べることができます。自分の希望に合っている機種・型式の比較も簡単にできます。よく分からない場合には、ＪＡや農業技術センターなどに相談しましょう。

農業を楽しく継続するためには、高品質や多収を追うよりも、事故を起こさないことが一番です。ほとんどの機械には、安全装備が施されていることを証明する、型式検査証票や安全鑑定証票が貼られています。

まれにその証票が付いていない機種も販売されています。証票がない機械は、安全装備が一部省略されている可能性があります。証票のある機械に比べて事故にあう割合が高くなるおそれがあります。低価格を優先し、そのような機械を購入した場合、総合的に考えるとかえって高いものになってしまうこともあります。中古機を購入する場合も、安全装備の有無の確認が大切です。

機械を導入しても、安全第一で作業しないと事故につながる割合が高くなります。取扱説明書をよく読み理解するとともに、ほ場内の操作や道路上での移動など、基本的なことを農業者大学校などで研修を受けることが必須です。自己流の農業は、結果として失敗につながることが過去の事故事例からも分かっています。安全第一を忘れないようにしましょう。

理事会メモ

◎２月期理事会
開催日２月23日㈪

【主な協議事項】

◇27年度事業計画

◇28年度職員採用

◇26年度全国監査機構期中改善指示書に対する回答

◇信用供与等限度額変更

◇27年度余裕金運用

◇27年度コンプライアンス・プログラムの設定

◇大口信用供与等規制の見直しに伴う関連規定の一部変更

◇反社会的勢力等への対応に関する規制一部変更

◇いせはらクミアイ産業㈱との建物付土地賃貸借契約

【主な報告事項】

◇１月末事業報告

◇農作業まなび隊結果

◇反社会的勢力取引排除にかかる対応要領設定

◇系統ＢＩＳシステムによるモニタリング結果

◇「不祥事ゼロ運動」強化月間一斉点検報告

◇27年度第１四半期の余裕金運用方針・計画

◇ＴＡＣ体制

◇27年度健康標語

◇農機展示予約会の実績

◇旬鮮倶楽部の実績

◇参与制度検討

◇組織見直し検討経過

人事の動き

【異動】３月９日付

◇髙橋徹也（総務部付県信連融資サポートセンター派遣）

こんなJAがいいな。

木村　良子さん

きむら　よしこ
成瀬

楽しいあふり～な　レシピがうれしい

現在は夫と二人暮らし。自宅は今年の年末を目標に新築し、息子夫婦と同居を始めます。「家族が増えるのはうれしい。孫と一緒に生活するのが待ち遠しい」と笑顔で話します。

成瀬支所と農産物直売所あふり～なを利用し「職員は対応も早く親切で安心できます。直売所には、たくさんのレシピが置いてあるので楽しい。とても良いアイデアだと思います」と話します。

成瀬地区のイチゴ農家出身。「当時は石垣栽培で、木箱を使って農協に出荷していました」と懐かしそうに話します。土日は、兄の経営するイチゴ栽培施設で、収穫や販売の手伝いをしています。

料理好きでジャム、ようかんなどを手作りします。伊勢原産のイチゴや甘夏を使ったジャムは絶品。このほか、生け花や習字もたしなむ。

伊勢原でお気に入りの場所は、大田地区の渋田川沿いの芝桜や、あやめの里。

4月の総会日程

6日㈪植木部会
7日㈫ハウス部会
8日㈬きのこ部会
9日㈭柑橘部会
10日㈮温室部会
14日㈫資産保全部会
はばたきの会
15日㈬税経部会
24日㈮いちご部会

4月の市民朝市

◇５日㈰

※午前６時から**市役所駐車場**で開催します。

詳しくは市民朝市実行委員会事務局まで（電話94・4711／市役所農業振興課内）。

4月の行事

9日㈭　結婚相談員会議
15日㈬　税務相談日
16日㈭　法律相談日
18日㈯・19日㈰　園芸まつり
19日㈰　休日ローン相談会
27日㈪・28日㈫　事業推進日
28日㈫　理事会

農業いんふぉめーしょん

野菜
ネギの直播栽培

根深ネギは溝を掘って苗を植付け、土寄せを４回～５回行って軟白部分をつくる栽培が一般的です。そのため苗づくりは、地床や育苗ハウスで別に行われます。

育苗は小面積でできるため、苗の生育をそろえ、畑の有効活用や栽培時期の調整に重要な技術です。畑に余裕がある場合は、種子を直接まいて、育苗や植え付け作業の省力化を図ることもできます。

種子は通常よりやや多め（10㌃当たり４～５㌔）に準備します。は種時期は、やや暖かくなった４月以降が適しています。あまり遅くなると収穫も遅れ、抽台や分けつしやすくなります。苗の定植時のように底の平らな溝を掘って播きますが、深さは10㌢～15㌢程度と浅く作ります。ごんべえやクリーンシーダーなどの〝は種機〟を使うと、種子の密度が均一になり、作業も短時間ですみます。

初期生育時は、土寄せができないので稲わらなどで被覆します。排水性がよい畑を選び、降雨などによる浸水、土や雑草で埋まらないよう気を付けましょう。一度試してみてはいかがでしょうか。

（江口）

畜産
自給飼料畑の堆肥等投入

飼料畑に堆肥・肥料を投入されるときは、過剰施肥に注意してください。乳牛の飼料給与で、特に問題となる成分は窒素とカリです。

過剰な窒素投入は、作物に硝酸態窒素の蓄積を招き、乳牛の硝酸塩中毒を引き起こす危険性があります。急性中毒で酸素欠乏状態となり死に至る場合もあります。慢性的な影響については、繁殖障害や乳量の低下などがあると言われています。

カリウムの過剰については、飼料中（給与飼料全体）のカリウム含量が３％（乾物）を越えると乳牛のマグネシウムやカルシウムの利用率が低下するため、粗飼料中の過剰な蓄積は乳熱などの発生要因の一つと考えられています。

飼料畑への適切な施肥量を知るには、土壌分析の実施が有効です。

土壌分析はＪＡにご相談ください。土壌分析結果の見方や自給飼料中のご相談は普及指導課までお問い合わせください。

（守田）

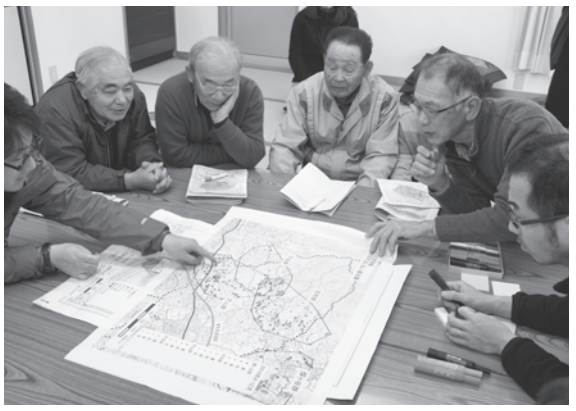
協力・（県農業技術センター　県畜産技術センター）

ご意見・ご要望をおよせください
フリーダイヤル　みんな　よろしく

利用者相談室

まかせて安心・安価なＪＡ葬祭

集落環境調査
鳥獣対策に地域一丸



伊勢原市有害鳥獣対策協議会が取り組む、集落環境調査（診断）の拡大が続いています。昨年度から実践を始めた大山地区に続き、比々多地区の一部でも今年から本格的な活動が始まりました。市内で有害鳥獣に対する意識の高まりが感じられます。

集落環境調査は地域住民、行政、JA、鳥獣対策専門家などが一体となって行います。現地調査で集落の弱点を明確にすることから始まり、野生動物の食痕や足跡、ふんの他、獣道などを明細地図に書き込み、地域の抱える課題を共有します。

そして、すぐできること、1年以内にできること、3年以内にできることなど、課題の解決策を決め実践するというものです。

比々多地区では、2月10日、集落環境診断会を開催。関係者ら約20人が参加しました。調査で見つかった12の課題から、優先順位の高い課題を決めました。

市の担当者は「対策は一度行えば、それで終わりというものではありません。侵入防止柵の管理やヤブ刈りなど、継続して行っていく必要があります」と話しています。

人気の朝市 4月から場所変更

伊勢原市民朝市が3月1日、伊勢原市役所庁舎（雨天のため）で開かれました。今回は「市制施行記念市」で、農産物の詰め合わせなどが当たる抽選会が行われるなど、多くの市民が詰めかけにぎわいました。

市民朝市では、JA野菜、柑橘、温室部会などが、朝採りのキャベツ、コマツナ、ホウレンソウなどの野菜と温州ミカン、キノコ、花きを販売しました。さらに地元の商店などが、豆腐、ラッカセイ、和菓子、食料品を販売。どのコーナーも市民が長蛇の列を作り、並べられた商品は飛ぶように売れていきました。

昨年9月からJA本所で開催されていましたが、**4月から市役所駐車場に変更**されます。

■店舗移転のお知らせ

いせはらクミアイ産業㈱石田支店が、4月1日㈬から下記住所に移転いたします
伊勢原市石田660－1番地
☎92-3350

■訪問介護ヘルパー急募

在宅で介護を受けられる方のお宅に訪問する訪問介護員（ホームヘルパー）を募集しています
※ホームヘルパー2級以上または介護福祉士資格をお持ちの方
※勤務曜日・時間など相談に応じます
お問い合わせ
JAケアセンター
☎93-8116

■LPガス訪問勧誘に注意

悪質な勧誘方法でLPガスの切り替えを誘うブローカーが、市内で出没していると通報がありました
切り替えの勧誘セールスはすぐ決めず慎重に！
一人で判断せず、家族・JAに相談しましょう
お問い合わせ
いせはらクミアイ産業㈱
燃料課　☎93-8118

健康

冬になると気分が落ち込み「うつでは…」と感じたことはありませんか。

「最近落ち込むことが多くなった」「憂鬱な気分がする」「体もだるいし疲れやすくなった」などの症状は、秋から冬にかけて発症が増える「季節性うつ病」が疑われます。

特徴は周期性があり、日照時間が短くなる10月～11月にかけて症状が現れはじめ、日差しが長くなる3月頃に回復するといったサイクルを繰り返します。

また「倦怠感」「気力低下」などの症状や、長時間眠っても睡眠不足を感じて睡眠時間が異常に長くなる「過眠」。食事が甘い物や炭水化物に偏り食べすぎる「過食」などを伴う場合もあり、症状が重いと日常生活に支障をきたすこともある深刻な病気です。

なぜ冬の時期に季節性うつ病を発症しやすくなるのかというと、日照時間が減ることで脳内におけるタンパク質が著しく変動するためといわれています。

この「季節性うつ病」改善効果は大きいようです。活発な運動で気持ちをコントロールする神経伝達物質が分泌され、気持ちが落ち込んでいたり、イライラに悩まされているときに症状を改善する効果を得られます。

季節性うつ病

JA県厚生連
保健福祉センター
巡回健診事業課　看護師
島田　高世

①自然の光により多く当たること

「季節性うつ病」の改善に必要なのは、自然の光により多く当たることです。なかなか当たれない場合は、自宅や職場の照明を明るいものに交換するのも効果的です。

②運動を習慣化する

運動を習慣化することで、心身にもたらされるえがちですが、リストを作り順序よく整理されていると、落ち込みや憂鬱を緩和できます。実行可能なものから優先順位を付け、自分に合った生産性向上スタイルを身に付けることが「季節性うつ病」の予防や改善対策になります。

また、日光のもとで早歩きするだけでも大きな違いがあります。

③「やることリスト」を作り整理する

やるべきことが山積みになっていると気分が萎

「季節性うつ病」の予防や改善は、朝に起床して太陽の光を浴び、規則正しい生活習慣を続けることが必要です。日差しが短くなり始める秋からは、ウオーキングや通勤時間を活用し、積極的に朝日を浴びるようにしましょう。

加入しよう 農業者年金に

JAは、農業者向け公的年金制度「農業者年金」の加入を進めています。

農業者年金は、国民年金第一号被保険者にある農業者が、より豊かな老後生活を過ごすことができるように創出された制度です。主な特徴は次の通りです。

①60歳未満の国民年金第一号被保険者で、年間60日以上農業に従事する方なら誰でも加入できます。

②年金は終身受給できます。80歳になる前に亡くなった場合は、80歳までに受け取ると仮定した金額を死亡一時金として遺族が受け取れます。

③税制面に優遇処置があり、保険料は最大で80万4千円の社会保険料控除が適用されます。また、支払われる年金も公的年金控除が適用されます。

④積立方式で年金額は加入者・受給者に左右されない、少子高齢時代に強い制度です。

⑤自身のライフプランに合わせて保険料を自由に選択できます。

詳しくは、支所営農経済課または営農経済部営農課にお問い合わせください。

結婚相談はJAへ

組合員子弟の縁結びをお手伝いしているJAの結婚相談所では、随時申込を受け付けています
詳しくは、各支所長または営農経済部営農課へ

農協歌壇

「膝痛し」と口癖のごと言いし父
吾その年齢に日ごと近ずく
野崎　宏

歩を止めて二月の空を仰ぎ見る
「ひさ女」の句浮かび母偲ばれる
山田　洋子

雪残る箱根路の朝駅伝の
選手駈け行く函嶺洞門
野呂　成子

園庭に桜ふぶき舞ひちりて
孫の入園祝ふがごとし
山本かおる

MRI宇宙音楽にぎやかに
電子ピアノに打楽器うたふ
瀬戸まもる

春二番白木蓮の花ひらく
米寿の母とあふぐ幸せ
東やすひろ

此は日本かと英語表示を怒る爺
吾もお仲間にお入れ下され
植木　勝恵

日に幾度もドクターヘリの飛び立つを
眼下に臨む十階の病室
古林　桂子

農協俳壇

（葉月句会）

鷹の舞う笛吹き石の峠かな
川﨑　弥恵

連名の安産祈願春隣
原　美代子

春障子雀の影絵楽しめり
浅井　恵子

春寒し洋犬しゃれて紅の服
見留　一男

如月の路地に雛売る古物店
髙橋　徳枝

生きるためいただく命寒しじみ
山本　正江

もう何も急がぬくらし冬の虹
旗川万鶴子

女性部大会

協同の輪広げる 代表６人が事例発表

家の光大会

ずらりと並んだ手芸作品

ＪＡ女性部は２月13日、本所で第28回女性部大会・家の光大会を開きました。支部とクラブから１５８人の部員が出席しました。

森須磨子代表のあいさつに続き、次の６人が支部を代表して発表しました。

「家の光」等記事活用事例発表：青木房江さん（大田）、代田千代子さん（成瀬）、前田恵美子さん（大山）。

女性部活動体験発表：秋山須柄子さん（伊勢原）、鍛代末子さん（高部屋）、桐谷みつ子さん（比々多）。

大会に駆け付けた家の光協会関東甲信越普及文化局の岡村さんは「ＪＡいせはら女性部の一体感と元気の良さが伝わってきた。今後も協同の輪を拡大してほしい」と講評を述べました。

また、手芸作品も展示され、多くの部員が興味を示していました。

（GC組合）

しいたけ教室 地域交流深める

高部屋地区ＧＣ（グリーン・コミュニティー）組合は３月15日、日向ふれあい学習センターで、しいたけ栽培教室を開きました。ＧＣ組合員約40人が参加し、原木シイタケの植菌作業に汗を流しました。

この教室は、ＧＣ組合員の交流を図ろうと毎年開催しています。シイタケ栽培を通じて緑や森林に興味をもってもらおうと、伊勢原市森林組合の職員が講師を務めました。参加者は電動ドリルでほだ木に穴を開け、シイタケの種駒をハンマーで元気よく打ち込んでいました。

地区ＧＣ組合長の佐藤公男さんは「たくさんの人が参加して、地域の交流を深めることができました」と話していました。

TV・FM番組４月放送分

《かながわ旬菜ナビ》

tvkテレビ

■毎日曜日／午前９時～

（再）毎月曜日／午前10時～

5日：三浦半島　旬を求めて“ぶらり旅”～三浦市農協～

12日：春の横浜　ぐるっとひと回り～JA横浜～

19日：旬ナビ流健康寿命100歳プロジェクト～JAいせはら・JAあつぎ・JA神奈川県厚生連～

26日：食べて応援！がんばれベルマーレ～JA湘南・JAはだの～

《JAフレッシュマーケット》

FMヨコハマ／84.7MHz

■毎土曜日／午前８時～

（各地域の魅力を紹介します）

4日：朝市街道膝栗毛

11日：伊勢原で旬を掘る！

18日：「米ディハウスくげぬま」リニューアル

25日：津久井で学ぼう食農教育

カメラアイ

ＪＡ共済代理店で組織される親輪会（小嶋胤家会長）は、農業まつりで行ったチャリティーの募金を伊勢原市に寄贈しました（2月12日）

農産物直売所あふり～な伊勢原店・比々多店で、よい食プロジェクト統一運動の一環として、ＪＡ役員らが温州ミカンを利用者に配りました　（2月14日）

ＪＡ女性部成瀬支部の楽々食王（らくらくクッキング）クラブは、本所で料理教室を開きました。15人が参加し、鶏肉料理を学びました　（2月27日）

ＪＡは平塚農業高等学校教諭の視察を受け入れました。市内農業の現状や農産加工品に関する取り組みなどを紹介しました（3月3日）

石田支店の向かい側で営業していた成瀬農産物直売所が、成瀬支所敷地内に移転リニューアルオープンしました（3月7日）

今回の地場産給食

竹園小学校
大谷勝彦さんのダイコンが、
「根菜汁」になりました
（２月20日）

伊勢原農産物ブランド名

阿夫利の恵

編集後記

3月11日に福島県で開かれた「東日本大震災復興祭」へ参加してきました。津波で家族や家を失った地域の方とボランティアが集まり、震災の記憶を風化させず、一刻も早い復興を願いながら海に向かって祈りをささげました。（I）

私の味

菜の花の肉巻き照り焼き

（女性部提供）

《あゆみクラブ》二見　幸子さん

料理のひんと　料理のヒント

【材料　２人分】

豚薄切り肉…８枚（200g）、菜の花…10本、ニンジン…中１本、ブロッコリー…５～６個、しょう油、みりん…大さじ３、片栗粉、酒…大さじ２、サラダ油…大さじ１、塩、コショウ…少々

【作り方】

①ニンジンは長さ４cm（肉の幅）、１cm角の棒状に切り、塩ゆでして水気を切っておく
②菜の花は下１cm位を切り落として、ニンジンをゆでた湯で塩ゆでし、流水でさっと冷まして水分をよく絞っておく
③広げた肉に塩とコショウを振り掛ける。１枚ずつニンジンと菜の花をのせて巻き、ポリ袋に入れ片栗粉をまぶす
④フライパンにサラダ油を入れて温め、中火で③の肉を焦げつかないように転がしながら焼く。火が通ったら酒、しょう油、みりんの順に加えて照りよく仕上げる
⑤④を斜めに切り、ゆでたブロッコリーを添えて出来あがり

ポイント

●健康標語で呼びかけ●

組合員の健康管理に対する意識高揚を目的に募集した、健康標語の選考会を２月10日に開きました。応募総数38点の中から優秀作品３点を決定しました。選ばれた優秀作品は、一年間にわたってＪＡの施設や窓口に掲示し、健康管理の大切さを組合員・利用者へ呼びかけます。

入賞者と優秀作は次の通り（敬称略）。

▼「健診で／笑顔の毎日／健やかに」
上原　彦美（伊勢原）

▼「健康を／心がけたら／みな笑顔」
石井まゆみ（大　田）

▼「健診で／心と身体／リフレッシュ」
宮地　俊子（大　田）

平成28年度 JA職員募集

◇応募資格　平成28年３月に大学・短大・専門学校卒業見込者で伊勢原市・平塚市・秦野市・厚木市在住の方
◇採用予定人数　若干名
◇選考方法　書類・適性検査・論文・面接
◇応募方法　下記まで履歴書（写真貼付）を郵送。書類選考後、連絡します（取得した個人情報は目的以外には使用しません）
◇応募締切　平成27年５月７日㈭必着
◇送り先　〒259-1142　伊勢原市田中250番地　JAいせはら　総務部人事課

※詳細は、ＪＡホームページをご覧ください

JAセレモニーホールいせはら

葬祭センターへ広報紙をお持ちいただいた方にエンディングノートを差しあげます

※ エンディングノートは、数に限りがあります

家族葬から大型葬までご宗派を問わずご利用できます
自宅葬・寺院葬もお手伝いさせていただきます
仏事に関するご相談は常時受け付けています（相談・見積もり無料）

～24時間365日受付～　ＪＡいせはら葬祭センター
伊勢原市西富岡1075-1　☎0120－525－594

インフォメーション　INFORMATION